

В чем польза донорства крови?

Неделю с 14 по 20 апреля Минздрав Новгородской области посвящает популяризации донорства крови и костного мозга в честь Дня донора, который отмечается в России 20 апреля.

Руслан Джабраилов, главный врач Новгородской областной станции переливания крови.

Донором может стать практически любой здоровый человек в возрасте от 18 лет весом не менее 50 кг. Ограничений по предельному возрасту нет, было бы здоровье.

Приём доноров ведётся по предварительной записи. В назначенную дату донор обращается на областную станцию переливания крови с документом, удостоверяющим личность. Перед тем как взять кровь, сотрудники станции проверят, есть ли данные о нём в базе контингентов риска. Если таких сведений не выявлено, оформляется медицинская карта донора, он заполняет бумаги и анкету, а затем направляется на обследование к врачу-трансфузиологу, который принимает решение о допуске к донации.

Далее донор направляется в лабораторию для предварительного обследования крови, по результатам которого определяют, есть ли лабораторные противопоказания для сдачи крови. Если показатели в пределах нормы, донор направляется в буфет, где обязательно должен перед донацией выпить сок.

После осуществления самой процедуры донору помимо денежной компенсации на питание выдаётся справка на два дня отдыха, которые предоставляются по месту работы или учёбы в соответствии с действующим законодательством.

В донорстве действует принцип: никакого вреда донору, максимум пользы больным. Сданную кровь исследуют на инфекции: вирусные гепатиты В и С, ВИЧ, сифилис, а также проводят иммуногематологическое обследование.

Донорскую кровь и её компоненты (эритроциты, тромбоциты, плазму) переливают людям, пострадавшим в авариях, получившим тяжёлые травмы, ожоги, потерявшим много крови в результате несчастных случаев, а также больным, нуждающимся в различных операциях, роженицам и новорождённым младенцам в необходимых случаях, пациентам с заболеваниями крови, пациентам с онкологическими заболеваниями, проходящим химиотерапию, и в ряде других случаев.

При отсутствии противопоказаний донорство не только приносит огромную пользу больным, но и является полезным для самого донора. Во-первых, организм донора постоянно самообновляется, что способствует более длительному периоду сохранения его высокой активности и работоспособности. Во-вторых, организм донора постоянно тренируется на случай возможной кровопотери. В критической ситуации у донора больше шансов выжить, чем у человека, не сдающего регулярно донорскую кровь или её компоненты. В-третьих, это средство профилактики заболеваний сердечно-сосудистой системы.

Регулярная сдача крови способствует омоложению всего организма, улучшению обменных процессов в органах и тканях. Благоприятно влияет донорство и на психическое здоровье человека.

Донор имеет возможность постоянно контролировать состояние своего здоровья за счёт регулярных медицинских осмотров и бесплатных анализов на самые распространённые инфекции.



МИНИСТЕРСТВО
ЗДРАВООХРАЩЕНИЯ
НОВГОРОДСКОЙ
ОБЛАСТИ



8 800 200 0 200
TAKZDOROVU.RU



ЧТО МОЖНО ЕСТЬ НАКАНУНЕ СДАЧИ КРОВИ

- ✓ Хлеб, сухари, сушки
- ✓ Отварные крупы
- ✓ Макароны на воде без масла
- ✓ Овощи и фрукты
- ✓ Сладкий чай с вареньем
- ✓ Соки, морсы, компоты
- ✓ Минеральная вода





ПРОДУКТЫ, КОТОРЫЕ ЗАПРЕЩЕНЫ:

- ❌ Жирная, жаренная, острая и копченая пища
- ❌ Яйца и масло (в том числе растительное)
- ❌ Колбасные изделия
- ❌ Орехи и финики
- ❌ Шоколад
- ❌ Авокадо
- ❌ Свекла
- ❌ Бананы





МИНИСТЕРСТВО
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
НОВГОРОДСКОЙ
ОБЛАСТИ



8 800 200 0 200
TAKZDOROVO.RU



РЕКОМЕНДАЦИИ ПО СДАЧЕ КРОВИ



МИНИСТЕРСТВО
ЗАРОВОХРАНЕНИЯ
НОВГОРОДСКОЙ
ОБЛАСТИ



8 800 200 0 200
TAKZDOROVU.RU



**УТРОМ,
ПЕРЕД СДАЧЕЙ КРОВИ,
ЛЕГКО ПОЗАВТРАКАТЬ
И ПЕРЕД ПРОЦЕДУРОЙ
ВЫПИТЬ СЛАДКИЙ ЧАЙ**





МИНИСТЕРСТВО
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
НОВГОРОДСКОЙ
ОБЛАСТИ



8 800 200 0 200
TAKZDOROVO.RU



ПОСЛЕ СДАЧИ КРОВИ ПОЛАГАЕТСЯ

- ✓ Бесплатное питание или денежная компенсация на питание
- ✓ Освобождение от работы в день сдачи крови и медицинского обследования с сохранением среднего заработка
- ✓ Дополнительный день отдыха с сохранением среднего заработка



ЕЩЕ БОЛЬШЕ ПОЛЕЗНОЙ ИНФОРМАЦИИ НА ПОРТАЛЕ ТАК ЗДОРОВО

Официальный портал
Минздрава России.

Актуальная информация
и полезные советы о том,
как поддерживать свое здоровье
и вести активный образ жизни.



8 800 200 0 200
TAKZDOROVO.RU



ЗАПРЕЩЕНЫ **ПЕРЕД СДАЧЕЙ:**



за 48 часов
алкоголь



за 72 часа
лекарства,
содержащие аспирин
и анальгетики



за 1 час
курение